

《Lancet》全球健康子刊连发两篇中国前瞻性慢性病研究结果 国人半数血管死亡的元凶是收缩压>120 mmHg

近日，牛津大学陈铮明教授、北京大学李立明教授等在《柳叶刀》全球健康子刊连发两篇中国前瞻性慢性病研究结果，强调了血压、肥胖等危险因素管理对于预防血管疾病的重要性。

第一篇研究分析了肥胖与缺血性和出血性卒中之间的关联。研究发现，在相对较瘦[平均体质指数(BMI)为23.6 kg/m²]且看似健康的中国人人群中，肥胖与缺血性卒中风险(BMI每增加5 kg/m²，HR=1.30)呈强烈的对数线性正相关，而且该风险与肥胖相应收缩压差异(BMI每增加5 kg/m²，收缩压升高8.3 mmHg)所预测的风险(HR=1.25)相一致，表明该风险主要受肥胖的血压升高作用影响。

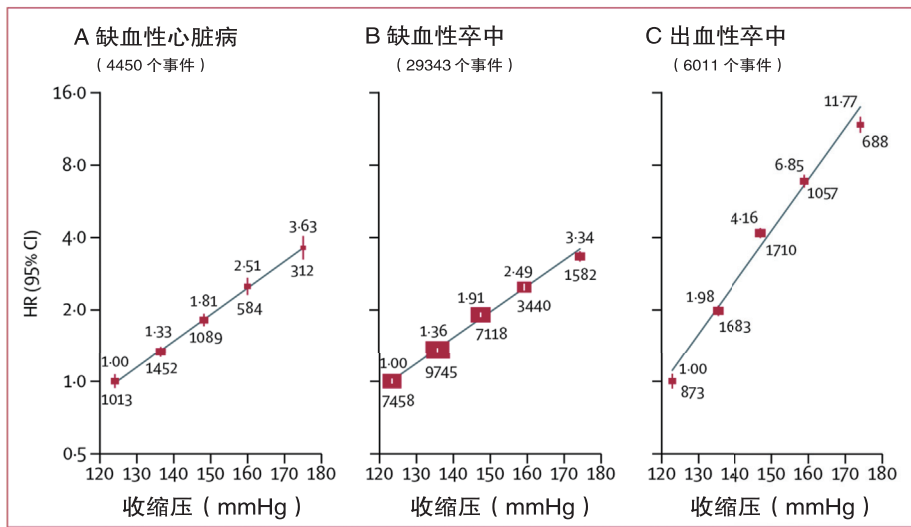


图1 收缩压水平与缺血性心脏病、缺血性卒中和出血性卒中风险的关系

响。(Lancet Glob Health. 2018,6: 630)

不过，肥胖与出血性卒中风险之间的关联较弱(HR=1.11)，且远低于相应收缩压差异所预测的风险(HR=1.48)；而且

在BMI<25 kg/m²的人群中，肥胖与出血性卒中不相关，表明体瘦本身或通过其他危险因素可增加出血性卒中风险，进而抵消较低血压带来的保护作用。校正收缩压水平后，

缺血性卒中与基线BMI及其他肥胖指标之间的正关联基本消失(HR=1.05)，而与出血性卒中的关联完全逆转(HR=0.73)。总体上，肥胖(BMI>23 kg/m²)导致了14.7%的总卒中事件，

其中缺血性卒中16.5%、出血性卒中6.7%。

第二篇研究分析了血压与血管性和非血管性慢性病之间的年龄特异性关联。研究显示，对于40~79岁人群，在收缩压为120~180 mmHg的范围时，收缩压水平与新发主要血管事件呈连续、正相关。总体上，收缩压水平每升高10 mmHg，缺血性心脏病(HR=1.31)和缺血性卒中(HR=1.30)风险约增加30%；但与既往高收入国家研究不同，我国人群出血性卒中风险增加更多，约为缺血性卒中的2倍(HR=1.68；图1)。(Lancet Glob Health. 2018,6: 641)

此外，血压升高与血管疾病风险之间的关联随

年龄增加而减弱，40~49岁人群的风险增加约为70~79岁人群的2倍。我国约一半的血管死亡事件归因于血压升高(收缩压>120 mmHg)，相当于每年近100万例死亡(<80岁人群)。

研究者表示，考虑到血压与血管疾病之间的强关联，我国人群平均血压即使小幅降低也可能对血管疾病发病和死亡带来重大影响。

此外，研究还发现，日常收缩压水平与新发慢性肾脏病(HR=1.40)和糖尿病(HR=1.14)风险呈正相关，但与癌症(总体或多种常见类型)、肝硬化和慢性阻塞性肺疾病之间无关。

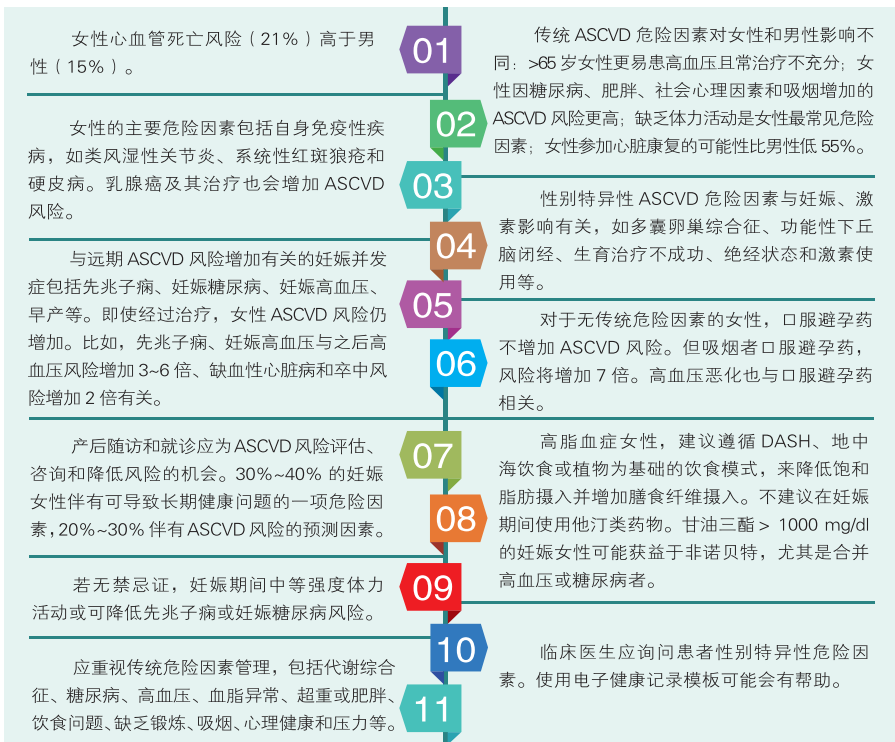
研究纳入来自我国10个地区的512 891例30~79岁人群，中位随访9年。

美国心脏协会与美国妇产科医师学会联合声明 妇产科应重视育龄女性心血管风险

近日，美国心脏协会(AHA)与美国妇产科医师学会联合发布了一份报告。报告指出，大多数

育龄期女性认为相比心脏科她们更可能去妇产科就诊，但育龄期也是动脉粥样硬化性心血管病

(ASCVD)风险评估和一级预防的重要阶段。(Circulation. 5月10日在线版)



祸不单行：2型糖尿病女性肾癌风险高

美国学者研究发现，2型糖尿病与女性肾癌风险升高独立相关，而与男性无关。(Diabetes Care. 4月20日在线版)

研究纳入护士健康研究(NHS)中的117 570例女性受试者和健康从业者随访研究(HPFS)中的

48 866例男性受试者数据。

NHS研究38年随访期间，发生418例肾癌病例，包括120例死亡病例；HPFS研究28年以上随访期间，发生302例RCC病例，包括87例死亡病例。

分析显示，2型糖尿病女性患者发生肾癌的风

险显著高于无2型糖尿病女性(HR=1.53)，而且2型糖尿病病程不超过5年者的风险(HR=2.15)高于病程5年以上者(HR=1.22)。

然而，在男性中糖尿病和肾癌之间没有相关性(HR=0.89)。

欧洲发布动脉粥样硬化抗炎治疗共识声明 抗炎治疗动脉粥样硬化证据不足

欧洲心脏病学会(ESC)发布的最新动脉粥样硬化抗炎治疗的共识声明指出，在他汀治疗的基础上应用抗炎药物作为动脉粥样硬化患者预防心血管事件的标准化治疗，仍需要更多的证据支持。(Eur J Prev Cardiol. 5月14日在线版)

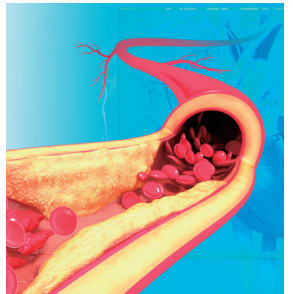
共识主要是基于CANTOS研究结果制定。CANTOS研究表明，白细胞介素-1β抑制剂Canakinumab通过降低炎症水平，明显减少既往心梗患者的心血管事件发生。

共识指出高胆固醇水平与炎症之间存在多种关联：动脉壁上的低密度脂

蛋白胆固醇可引发炎症；高胆固醇和炎症是增加心血管事件发生率的独立因素；降脂药可降低动脉粥样硬化性心血管事件风险，同时还具有抗炎作用；CANTOS研究显示，抗炎治疗降低了心血管事件发生率。

CANTOS研究称，人单克隆抗体Canakinumab通过中和IL-1β信号来抑制炎症。共识认为，需要进一步研究来评估抗体以外的途径(如干扰RNA)是否能够抑制炎症；此外，还应探讨靶向不同炎症分子是否可以减少心血管事件。

共识第一作者、西班牙马德里大学医院José



Tuñón教授称，目前正处于心血管病预防新时代的“风口浪尖”。预防心血管病的基石仍然是保持健康生活方式，包括不吸烟、积极运动及健康饮食。此外，大量研究已证实，降脂药及抗栓药物预防心血管事件的功效。伴随着更多证据出现，抗炎药物可能成为治疗动脉粥样硬化的又一工具。

美预防心血管病菜单：每周吃鱼2次



AHA最新科学建议指出，每周食用2次鱼，尤其富含ω-3脂肪酸的鱼类，可降低心衰、冠心病、心脏骤停和缺血性卒中风险。(Circulation. 5月17日在线版)

包括鲑鱼、长鳍金枪鱼、鲭鱼、湖鳟鱼、鲱鱼和沙丁鱼，以非油炸的方式烹饪。

报告也提到了海鲜的汞污染问题。报告指出，大部分海产品含有汞，在鲨鱼、箭鱼、方头鱼、鲭鱼、大眼金枪鱼、马林鱼和橙棘鲷等大型鱼类中普遍存在，虽然汞污染可能与新生儿严重神经问题相关，但对于成人心脏健康并无不良作用，而且吃鱼的好

处远远超过汞污染相关的风险，尤其是食用不同种类的海鲜时。

此外，由于缺乏证据，不建议一般人群补充ω-3鱼油来预防心血管病。

总而言之，目前的科学证据强烈支持，海鲜是心脏健康饮食模式不可或缺的组成部分，建议每周吃2次鱼预防心血管病。

本版编译 牛艳红